２学期　令和８年９月１日　第36号　認定こども園　蛍池文化幼稚園



カウンセリングだより

２学期の相談日は
９月８日（火）・10月13日（火）・11月10日（火）・12月15日（火）
の月一回**火曜日**です。どなたでも、お気軽におこし下さい。
子育て支援室「ぶんかベビーカフェ」も**毎週火曜日**にひらいています！
乳児の子育て中のお母さん、お茶を飲みながら育児相談や情報交換をして、ぜひ親子で
リフレッシュしてくださいね。カウンセラーの子育て相談も受けられますよ！（相談は要予約）

保育観察エッセイ㊱

はったつがみえるよ！
～ぶんかのこどもたち～

キンダーカウンセラー
園村　和代

♪幸いにも、私はキンダーカウンセラーとして、子ども達の中に入って一緒に遊ぶことができます。毎月1回の訪問で、触れ合う時間は限られていますが、頻度が少ない分、子ども達の成長を感じられることが多く、毎回生き生きとたくましく変わっていく姿がとっても楽しみです♪

長い夏休みが終わり、いよいよ2学期が始まります。夏休みは家族で出かけたり、花火やお祭りを楽しんだり、普段よりゆっくり過ごしたりと、それぞれの夏を過ごされたことでしょう。2学期が始まると「ちゃんと園生活に戻れるのかな」「朝、泣かずに行けるかな」と心配になることもあるかもしれません。けれども、子どもたちは大人が思っている以上に、自分なりのペースで少しずつ園生活に馴染んでいきます。

園生活では「貸して」「いいよ」というやりとりだけでなく、「イヤ！」「さわらないで」「今は一緒にあそびたくない」といった言葉も聞こえてきます。大人からすると「仲良くあそんでほしい」と思う場面かもしれません。でも、子どもが「イヤ」と言えることは、心の成長にとって大切なことでもあります。

子どもたちは人との関わりを通して「これは自分が使っているもの」「触られたくない」「今は一人でいたい」など、自分の気持ちや持ち物を意識するようになります。そして「私はこうしたい」「これはイヤだ」と表現することを覚えていきます。これは、わがままになることとは違います。自分の気持ちを大切にすること。そして、相手にも相手の気持ちがあることを知ること。その両方を学ぶことが、人と一緒に過ごすための大切な土台になります。友だちから「イヤ」と言われると「一緒にあそびたかったのに」「どうしてダメなの？」「私は嫌われたのかな？」と、悲しくなったり腹が立ったりすることもあるでしょう。

けれども「相手がイヤと言った ＝ 自分が嫌われた」ということではありません。「私は一緒にあそびたいという気持ちだけど、お友だちは今はあそびたくない気持ちなのかな？」この二つの気持ちは、同時にあってもよいのです。こうした経験を重ねながら、子どもたちは「自分と相手は違う存在なのだ」ということを学んでいきます。

人との距離の取り方や、自分の気持ちを守ることを、心理学では「境界線（バウンダリー）」と呼びます。幼児期には、まだ自分と相手との境界がはっきりしないこともあります。だからこそ「イヤだったんだね」「触られたくなかったんだね」「お友だちは一緒にあそびたくなかったんだね」と、それぞれの気持ちを大人が言葉にしてあげることが大切です。境界線は、人を遠ざけるための壁ではありません。「私は私。あなたはあなた。それでも一緒にいられる」という、人との関係をつくるための土台でもあります。

子どもが「イヤ」と言ったときには、まず「イヤなんだね」と気持ちを受け止める。そして、友だちから「イヤ」と言われたときには「○○ちゃんは、今そういう気持ちなんだね」と、相手の気持ちにも目を向けてみる。**自分の「イヤ」も大切にする。相手の「イヤ」も大切にする。**その経験の積み重ねが、自分も相手も大切にしながら、人と関わる力につながっていきます。2学期も「イヤ」という言葉の奥にある子どもたちの心の動きに目を向けながら、一人ひとりの成長を見守っていけたらと思います。

次回の相談日は、８日(火)を予定しております。1回の面談時間は1時間を予定しております。大きな悩みでなくても、夏休みの出来事であったり、ちょっとしたことでも話せる子育て相談と思って頂いて、気軽にご利用くださいね。お待ちしております。

キンダーカウンセラーとして、毎月1回、蛍池文化幼稚園を訪問しております臨床心理士の園村和代と申します。普段は大学の相談機関で就学前のお子さんと保護者の方の子育て支援をしながら、兵庫県や大阪府の幼稚園でキンダーカウンセラーをしております。保護者のみなさまが、お子さんとどう関わったらいいのかな～？など子育ての悩みや、お友だち同士の関わりや園生活の心配などの相談にのらせていただいております。費用は園負担ですので無料です。また、いずみ保育園やあっぷるこども園、バンビクラスなど園児の保護者以外の方も参加可能です。来園が難しい方には、出向いて相談を受けることも可能です。どんな些細なことでも「ちょっと聞いてみたいな～」「こんなときどうしたらいいかしら？」というときに、お気軽にお越しください。